



**FACULDADE DE CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO**  
**UNIVERSIDADE DO PORTO**

**Perceção dos Encarregados de Educação Relativamente às Refeições  
Escolares**

**Fernando Miguel Teixeira de Brito**

**Porto, 2015**

**Perceção dos Encarregados de Educação Relativamente às Refeições  
Escolares**

Perception of caregivers about school meals

Fernando Miguel Teixeira de Brito

Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

Orientador: Prof<sup>a</sup> Doutora Ada Rocha

Coorientador: Doutora Margarida Liz

Dissertação/Relatório de candidatura ao grau de Mestre em Alimentação Coletiva  
apresentada(o) à Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da  
Universidade do Porto

2015

## **Dedicatória**

Dedico este trabalho a todas as pessoas que acreditam em mim.

À minha esposa Ana, pelo apoio, motivação e por nunca me deixar desistir.

Ao meu filho Tomás por ser a fonte da minha alegria.

Aos meus pais por fazerem de mim a pessoa que sou hoje.

A toda a minha família e amigos.

## **Agradecimentos**

À Profª Drª Ada Rocha e à Profª Drª Margarida Liz pela preciosa orientação, por toda a disponibilidade demonstrada, por todo o apoio e pela valiosa contribuição que deram a este trabalho.

Ao Sr. Diretor do Agrupamento de Escolas General Serpa Pinto, Cinfães (Dr. Manuel António Pereira) pela disponibilidade em me receber e por autorizar a realização deste estudo.

Às Educadoras dos Jardins-de-Infância pela ajuda prestada na entrega dos inquéritos aos Encarregados de Educação e por se mostrarem sempre disponíveis para qualquer eventualidade.

A todas as pessoas que direta ou indiretamente contribuíram para a realização deste trabalho.

## Resumo

As exigências do mundo moderno deixam os pais cada vez com menos tempo para os seus filhos, o que faz com que cada vez mais crianças frequentem jardins-de-infância onde ingerem grande parte da sua alimentação diária. Os pais devem ter a perceção do serviço de alimentação do qual os seus filhos usufruem de modo a poderem intervir no sentido de promover a melhoria da sua qualidade.

**Objetivo:** Avaliar a perceção dos encarregados de educação relativamente à alimentação dos seus educandos no jardim-de-infância. **Metodologia:** Foi aplicado um inquérito de autopreenchimento aos encarregados de educação dos 232 alunos dos jardins-de-infância do Agrupamento de Escolas General Serpa Pinto – Cinfães com idades compreendidas entre os 3 e os 6 anos. Dos 232 inquéritos entregues foram recolhidos 167 considerados válidos. Foram recolhidos dados sociodemográficos dos encarregados de educação e dos educandos assim como dados relativos à perceção e conhecimento dos encarregados de educação relativamente às refeições escolares. A análise estatística dos dados recolhidos foi efetuada através do programa IBM SPSS® Versão 22. **Resultados:** Os resultados obtidos parecem indicar que os encarregados de educação atribuem pouca importância às ementas (33,5% dos encarregados de educação afirmaram nunca consultar as ementas das crianças e 37,7% afirmaram nunca planear as refeições em casa de acordo com a ementa escolar) e que não têm a preocupação de saber o que os filhos ingerem ao almoçar no jardim de infância (52,5% dos encarregados de educação afirmaram não ter noção da quantidade de alimentos que o seu educando ingere ao almoçar no jardim de infância). Verificou-se um conhecimento insuficiente acerca das regras de boas práticas e higiene nos estabelecimentos por parte dos encarregados de educação.

Observou-se também que quanto mais alto é o rendimento da pessoa que mais contribui para o agregado familiar, maior é a importância dada ao facto de ser um nutricionista a elaborar a ementa. **Conclusão:** O conhecimento por parte dos encarregados de educação sobre o serviço de alimentação dos jardins-de-infância é claramente insuficiente.

**Palavras-Chave:** Perceção dos Pais; Alimentação Infantil; Jardim-de-Infância

## **Abstract**

*The requirements of the modern world leave parents with less and less time for their children, which determines that an increasing number of children attend to kindergartens where they ingest much of their daily diet. Parents should have the perception of food service which their children attend in order to be able to participate on the improvement of its quality. **Objective:** To evaluate the caregivers perceptions about their children school meals. **Methods:** An autofill survey was applied to the caregivers of the 232 students from the Agrupamento de Escolas General Serpa Pinto – Cinfães aged from 3 to 6 years old. Of the 232 surveys delivered, 167 were collected and considered valid. Socio-demographic data was collected from parents and students as well as data about the perception and knowledge of parents concerning the school meals. Statistical analysis of the data collected was carried out using the IBM SPSS program version 22. **Results:** The results seem to indicate that caregivers give little importance to the menus (33,5% of the caregivers stated that they never consult the children menus and 37,7% stated that they never plan the meals at home according to the school menu) and also seem to be not concerned about their children food intake at the kindergarten (52,5% of the caregivers related that they have no idea about the amount of food that their children consume while they are in the kindergarten). There was also insufficient knowledge about the rules of good practice and hygiene in establishments by caregivers. It was also observed that the higher the income of the person who contributes the most to the household, the greater the importance given to be a nutritionist preparing the menu. **Conclusion:** It's clearly insufficient the caregivers' knowledge about kindergarten's food service.*

**Keywords:** *Parent's Perception; Children's Alimentation; Kindergarten*



## Índice

Dedicatória .....	iii
Agradecimentos .....	iv
Resumo .....	v
<i>Abstract</i> .....	vii
Lista de Abreviaturas.....	x
Lista de Tabelas .....	xi
Introdução .....	1
Objetivos .....	6
Metodologia.....	7
Inquérito.....	8
Análise Estatística .....	9
Resultados e Discussão .....	10
Conclusão .....	28
Referências Bibliográficas .....	29
Anexos .....	33
Anexo A .....	34

## **Lista de Abreviaturas**

JI – Jardim de Infância

EE – Encarregados de Educação

SPARE – Sistema de Planeamento e Avaliação de Refeições Escolares

## Lista de Tabelas

Tabela 1: Distribuição dos alunos por jardim-de-infância.....	7
Tabela 2 - Distribuição dos educandos pelos jardins-de-infância.....	10
Tabela 3 - Distribuição dos EE relativamente ao grau de escolaridade .....	11
Tabela 4 - Número de pessoas no agregado familiar dos EE .....	11
Tabela 5 - Rendimento mensal da pessoa que mais contribui no agregado familiar de cada encarregado de educação .....	12
Tabela 6 - Local onde está afixada a ementa segundo os encarregados de educação.....	13
Tabela 7 - Frequência com que o encarregado de educação consulta a ementa na escolar do seu educando .....	14
Tabela 8 - Frequência com que o encarregado de educação planeia as refeições em casa de acordo com a ementa na escola do seu educando.....	14
Tabela 9 - Opinião dos EE acerca da importância da variedade de alimentos disponíveis .....	16
Tabela 10 - Combinação adequada dos alimentos .....	16
Tabela 11 - Opinião dos EE acerca da importância da qualidade dos alimentos disponíveis .....	17
Tabela 12 - Opinião dos EE acerca da importância da quantidade de alimentos disponível .....	17
Tabela 13 - Opinião dos EE acerca da apresentação dos alimentos/bebidas/disponíveis.....	18
Tabela 14 - Opinião dos EE acerca da higiene/limpeza do refeitório .....	18
Tabela 15 - Opinião dos EE acerca da insistência por parte das funcionárias para que os educandos consumam a totalidade da refeição .....	19

Tabela 16 - Opinião dos EE acerca da insistência por parte das funcionárias para que os educandos comam um pouco de todos os alimentos que compõem a refeição.....	19
Tabela 17 - Opinião dos EE acerca da necessidade de incentivo ao consumo ...	20
Tabela 18 - Classificação dos EE relativamente ao serviço de alimentação da instituição de ensino que o seu educando frequenta.....	22

## Introdução

A alimentação é um dos fatores que mais influencia a saúde do Homem<sup>(1)</sup>. As regras impostas pela sociedade influenciam a alimentação humana ao nível da preparação dos alimentos, empratamento e costumes associados às refeições como, por exemplo, a disposição dos indivíduos à mesa, a divisão dos alimentos entre si, horários das refeições, etc.<sup>(2)</sup>. A alimentação é também influenciada por fatores como o sexo, idade, preferências alimentares e estado de saúde dos indivíduos<sup>(3)</sup>.

Tradicionalmente existia uma clara divisão de tarefas entre sexos, enquanto o homem se envolvia com o trabalho fora de casa remunerado, a mulher dedicava-se às atividades domésticas e a cuidar dos filhos. Hoje em dia, devido a transformações na economia mundial que resultaram na redução do emprego e no aumento da concorrência no mercado de trabalho, a mulher deixou de encarregar-se apenas da gestão da casa para se tornar ativa profissionalmente<sup>(4)</sup>. Isto levou à redução do tempo para as atividades domésticas, nomeadamente a aquisição de alimentos e o planeamento de refeições, associado à diminuição de competências culinárias, levando a uma maior procura de refeições fora de casa, refeições de *take-away*, refeições pré-preparadas e alimentos de conveniência, geralmente traduzindo-se em escolhas alimentares pouco saudáveis<sup>(5-8)</sup>. Estudos comprovam que quando as mães são ativas profissionalmente, os seus filhos têm maior probabilidade de se tornarem obesos<sup>(9-13)</sup>. A obesidade em crianças de idade escolar tem-se tornado numa epidemia a nível mundial<sup>(14, 15)</sup>. Em Portugal esta patologia também tem vindo a aumentar assumindo valores preocupantes: sendo que 28,1% das crianças e jovens apresentam excesso de peso e 8,9% sofrem de obesidade<sup>(16)</sup>.

Os principais riscos para a criança obesa são o aumento do colesterol e triglicéridos, hipertensão e alterações ortopédicas, dermatológicas e respiratórias. A obesidade pode ter vários efeitos negativos também no estado psicossocial das crianças. Diversos estudos demonstraram que existe uma relação entre a obesidade e a baixa autoestima, discriminação e rejeição pelos pares<sup>(17-20)</sup>. A reeducação alimentar, o aumento da atividade física e a redução do tempo de inatividade são determinantes para o controlo da obesidade. A participação dos pais neste processo é essencial, devendo estes estar conscientes que a obesidade pode criar graves problemas na vida adulta<sup>(20)</sup>. No entanto, alguns estudos comprovaram que muitos pais não encaram a obesidade como sendo uma doença. Pelo contrário, consideram sim que a magreza e o peso insuficiente devem ser encarados como estados de doença<sup>(21-23)</sup>.

Durante os últimos anos temos assistido a um aumento do número de crianças a frequentar o ensino pré-escolar<sup>(24, 25)</sup>, sobretudo devido a alterações na estrutura familiar e na sociedade que levaram ao aumento do número de famílias em que o pai e a mãe trabalham a tempo inteiro<sup>(9)</sup>.

A frequência de Jardins-de-Infância (JI) pela criança durante a maior parte do dia leva a que cada criança receba nestas instituições uma parte considerável da sua alimentação diária<sup>(25)</sup>. A escola é um ambiente propício para criar bons hábitos alimentares tendo a possibilidade por excelência de modelar as atitudes e os comportamentos das crianças em relação à atividade física e à alimentação<sup>(26, 27)</sup>. Nestes espaços devem ser difundidas práticas de modo a propiciar o controlo de carências nutricionais e alterações do comportamento alimentar<sup>(28)</sup>, assim como a promover hábitos alimentares saudáveis e combater a obesidade<sup>(29, 30)</sup>. No entanto existem dados que comprovam que as refeições escolares oferecem uma

quantidade excessiva de alguns nutrientes, como gordura e sódio, o que pode contribuir para o aumento do risco de obesidade e doenças cardiovasculares<sup>(31-33)</sup>. Em Portugal, comprovou-se que as refeições servidas em infantários são hiperenergéticas e hiperproteicas, sendo recomendada a adaptação das fichas técnicas dos constituintes de forma a satisfazer as recomendações indicadas para crianças dos 3 aos 6 anos<sup>(34-36)</sup>. Nesta área de atividade existem disponíveis *softwares* específicos como o SPARE – Sistema de Planeamento e Avaliação de Refeições Escolares, que podem ser de grande utilidade para os serviços de alimentação dos JI, uma vez que permitem planejar e avaliar com facilidade as refeições que irão ser servidas às crianças<sup>(37)</sup>.

Um estudo relativo às ementas escolares em Portugal determinou que são necessárias mudanças, uma vez que grande parte das ementas não cumpre com as recomendações<sup>(38)</sup>. É necessário melhorar a qualidade das refeições escolares com diversos tipos de ações tais como mudanças nos tipos de alimentos fornecidos nas escolas, métodos de confeção, técnicas de empratamento, programas de educação alimentar, entre outras. É, sobretudo, essencial que as ementas sejam planeadas por um nutricionista de modo a garantir a adequação nutricional e a variedade<sup>(36)</sup>.

É fundamental que as crianças recebam uma alimentação saudável bem como educação alimentar e nutricional, uma vez que isso terá um impacto direto na saúde<sup>(25, 28)</sup>, sendo também importante para o desenvolvimento nas áreas social, cognitiva e emocional<sup>(28)</sup>. É extremamente importante que os conhecimentos adquiridos em sala sejam praticados no refeitório e tenham continuidade em casa<sup>(39)</sup>. As crianças que recebem educação nutricional em ambiente escolar tendem a mudar hábitos alimentares incorretos de forma a adotar hábitos

alimentares mais saudáveis, podendo contribuir para reduzir a prevalência da obesidade em contexto escolar<sup>(40-42)</sup>. Desta forma, os educadores são elementos fundamentais neste processo<sup>(41, 42)</sup>. Sabe-se também que é durante a infância que se criam hábitos alimentares que persistem até à vida adulta<sup>(43-45)</sup>. O ambiente do refeitório escolar também tem influência na aceitação alimentar das crianças. Refeitórios superlotados e barulhentos geralmente levam a uma menor ingestão de alimentos e a um maior desperdício alimentar <sup>(43)</sup>. As condições higio-sanitárias dos refeitórios são também essenciais de forma a garantir a segurança e a qualidade das refeições servidas às crianças<sup>(34)</sup>. Desta forma é necessário manter em boas condições as infra-estruturas destinadas a confeccionar a alimentação das crianças assim como apostar na formação dos manipuladores de alimentos<sup>(34, 46)</sup>.

Geneticamente as crianças têm uma predisposição inata para gostarem mais do sabor doce e salgado e de alimentos com elevada densidade energética e uma aversão ao sabor azedo e amargo, estando assim predispostas a uma alimentação desequilibrada<sup>(47)</sup>.

Existem dados que indicam que as crianças dos 2 aos 6 anos de idade não estão aptas a escolher alimentos de acordo com o seu valor nutricional, sendo os seus hábitos alimentares aprendidos através da experiência, educação e observação<sup>(48)</sup>.

Os hábitos alimentares das crianças estão fortemente associados ao ambiente familiar em que se desenvolvem. Vários estudos têm demonstrado que o comportamento alimentar dos pais influencia diretamente os hábitos alimentares dos seus filhos<sup>(44, 47-51)</sup>. A mãe é a principal influenciadora, uma vez que os gostos



alimentares dos filhos estão fortemente relacionados com os das mães, pelo menos até aos 8 anos de idade<sup>(52)</sup>.

Caso sejam impostas às crianças mais restrições alimentares em relação a alimentos não saudáveis, há maior probabilidade de terem uma alimentação equilibrada na adolescência. Pelo contrário, se os pais forem permissivos, isso reflete-se na adolescência numa alimentação com maior consumo de alimentos com baixa densidade nutricional e alto valor energético, nomeadamente alimentos ricos em açúcar e gorduras<sup>(53)</sup>.

Assim que a criança entra no meio escolar, os pares tornam-se uma grande influência nas suas preferências alimentares. Os pares podem ser influenciadores de forma negativa ou positiva, no entanto, a maioria dos pais têm a perceção que essa influência é negativa. Esta influência também pode induzir a criança a “saltar” refeições, uma vez que a vontade de brincar com os amigos pode fazer com que a criança não consuma a sua refeição na totalidade<sup>(54)</sup>.

Os media (televisão, internet, revistas, etc.) também são encarados como sendo fatores influenciadores da alimentação das crianças sob a forma de publicidade. Um aumento da publicidade a alimentos saudáveis e diminuição de publicidade a alimentos não saudáveis pode contribuir para uma alimentação e peso saudáveis<sup>(51, 54, 55)</sup>.

Naturalmente com o afastamento e perda de controlo sobre as refeições dos seus educandos os Encarregados de Educação (EE) poderão preocupar-se com a qualidade do serviço de alimentação implementado nos JI. Um estudo norte-americano provou que perceber como a perceção dos pais afeta a participação das crianças nas refeições pode ser fundamental para melhorar a qualidade das refeições escolares e a aumentar a aceitação de tais mudanças<sup>(56)</sup>.

## **Objetivos**

- Avaliar a percepção dos EE relativamente à alimentação dos seus educandos na escola.
- Avaliar o conhecimento dos EE acerca do serviço de alimentação do JI em que o seu educando está inserido.
- Avaliar a sensibilidade/importância atribuída pelos EE ao serviço de alimentação escolar.

## Metodologia

Foi realizada uma reunião com o Diretor do Agrupamento de Escolas General Serpa Pinto, Cinfães com o fim de transmitir os objetivos e procedimentos do estudo em questão. Após a reunião foi obtida a autorização para efetuar o estudo nos JI pertencentes ao agrupamento.

Foram incluídos todos os JI pertencentes ao Agrupamento de Escolas General Serpa Pinto, Cinfães (7).

**Tabela 1: Distribuição dos alunos por jardim-de-infância**

<b>Jardim de Infância</b>	<b>Número de Alunos</b>
Cinfães	65
Nespereira	50
Louredo	19
Oliveira do Douro	36
Santiago de Piães	28
S. Cristovão	25
Meridãos	9
	Total: 232

Depois de obtida a autorização, foi realizada uma reunião em cada JI de modo a transmitir às educadoras responsáveis pelas crianças incluídas no estudo o que se pretendia avaliar e para obter informações acerca do serviço de refeições.

Face à impossibilidade de fazer aplicação indireta dos inquéritos, por se constatar que as crianças usufruem de transporte escolar entre o domicílio e a escola, os inquéritos foram distribuídos por todos os JI de modo a serem entregues aos EE,

para os devolverem depois de preenchidos. Foram entregues 232 inquéritos, dos quais 167 foram recolhidos e considerados válidos.

A primeira reunião foi efetuada a 6 de outubro de 2014 enquanto a recolha dos últimos inquéritos decorreu a 28 de outubro de 2014.

### ***Inquérito***

O inquérito aplicado neste estudo foi adaptado de Carvalho, A<sup>(57)</sup> e é composto por 8 partes.

Na parte I recolhem-se os dados sociodemográficos do educando e na parte II os dados sociodemográficos dos encarregados de educação.

A parte III pretende avaliar o conhecimento dos encarregados de educação acerca das ementas da escola. É composta por uma questão de resposta sim/não e uma pergunta de resposta curta relativa ao local de afixação das ementas, duas afirmações avaliadas por uma escala de *Likert* de 4 pontos (0 – nunca, 1 – raramente, 2 – 2 a 3 vezes por semana, 3 – todos os dias) e um grupo de oito questões de resposta sim/não.

A parte IV incidiu sobre as refeições escolares e é constituída por um grupo de oito questões avaliadas por uma escala de *Likert* de 4 pontos (0 – nunca, 1 – raramente, 2 – 2 a 3 vezes por semana, 3 – todos os dias) e uma pergunta de resposta ordenada segundo uma escala. As respostas que não respeitaram a escala não foram consideradas.

Na parte V, que é composta por 2 questões de resposta sim/não são avaliados os conhecimentos dos encarregados de educação sobre a alimentação do educando em contexto escolar.

A parte VI pretende avaliar o conhecimento dos encarregados de educação acerca das práticas relativas a alergias alimentares no JI através de um grupo de 3 questões de resposta sim/não.

A parte VII do questionário incidiu sobre as práticas de segurança alimentar e higiene no JI e é composta por 5 perguntas de resposta sim/não.

A parte VIII é relativa à satisfação geral dos encarregados de educação com o serviço de alimentação do JI que os seus educandos frequentam e é composta por uma questão com quatro respostas possíveis (mau, aceitável, bom, muito bom).

### ***Análise Estatística***

A análise estatística dos dados recolhidos foi efetuada através do programa IBM SPSS® para o *Windows* (versão 22.0).

A análise descritiva foi obtida através do cálculo das médias, desvios padrão e valores mínimo e máximo para as variáveis numéricas. Para a análise descritiva das variáveis nominais e ordinais utilizaram-se as frequências absolutas e relativas.

A normalidade foi testada através do teste de *Kolmogorov-Smirnov*. Para comparar duas amostras independentes, foi utilizado o teste de *Mann-Whitney*, e quando eram comparadas mais de duas amostras independentes utilizou-se o teste de *Kruskal-Wallis*.

No que diz respeito às variáveis cardinais e/ou ordinais, foi utilizada a correlação de *Spearman* para calcular o grau de associação entre elas. A hipótese nula foi rejeitada quando o nível de significância crítico para a sua rejeição (p) foi inferior a 0,05.

## Resultados e Discussão

Foram recolhidos 167 questionários válidos respondidos pelos EE. A distribuição dos educandos pelos jardins-de-infância encontra-se representada na **tabela 2**.

**Tabela 2 - Distribuição dos educandos pelos jardins-de-infância**

Jl	%
Complexo Escolar de Cinfães	31,1
Centro Escolar de Nespereira	24,0
Escola Básica de Louredo	8,4
Centro Escolar de Oliveira do Douro	10,2
Centro Escolar de Santiago de Piães	9,0
Escola Básica de São Cristovão	13,2
Escola Básica de Meridãos	4,2

Dos educandos 53,9% pertencem ao sexo masculino e 47,1% ao feminino. A média de idades é de 4,2 anos +/- 0,8, sendo a idade mínima de 2 anos e a máxima de 5 anos de idade.

Dos EE inquiridos 3,6% pertencem ao sexo masculino, enquanto 96,4% pertencem ao sexo feminino. A média de idades é de 33,6 anos +/- 6,6, sendo a mínima de 21 anos e a máxima 60 anos.

No que respeita à atividade profissional, 56,9% dos EE não exercem qualquer profissão, enquanto 41,9% são ativos profissionalmente. Estes dados revelam uma alta taxa de desemprego entre os EE, sendo consistentes com um estudo que revelou que o concelho de Cinfães é afetado por uma alta taxa de desemprego em geral<sup>(58)</sup>.

Observou-se que 84,4% são casados ou vivem em união de fato, enquanto 8,4% são solteiros. Verificou-se que 38,9% dos EE apresenta entre 5 a 9 anos de

escolaridade, enquanto 30,9% o 12º ano de escolaridade completo (**tabela 3**). Assim sendo, verificou-se que existe um baixo grau de escolaridade entre os EE. Marques et al sublinham que Cinfães tem uma alta taxa de abandono escolar, encontrando-se em 4º no ranking nacional de concelhos em termos de abandono escolar<sup>(58)</sup>.

**Tabela 3 - Distribuição dos EE relativamente ao grau de escolaridade**

<b>Grau de escolaridade</b>	<b>%</b>
Não sabe ler nem escrever	3,1
Sabe ler e escrever sem escolaridade	,6
1 a 4 anos de escolaridade	13,0
5 a 9 anos de escolaridade	38,9
Frequência de ensino secundário	4,3
12º ano completo	30,9
Licenciatura	7,4
Mestrado	1,9

Verifica-se que 42,4% dos inquiridos têm 4 pessoas inseridas no seu agregado familiar, enquanto 38,2% têm 3 pessoas inseridas no seu agregado familiar (**tabela 4**).

**Tabela 4 - Número de pessoas no agregado familiar dos EE**

<b>Nº de pessoas no agregado familiar</b>	<b>%</b>
2	3,0
3	38,2
4	42,4
5	12,7
6	2,4
7	0,6
8	0,6

Verificou-se que em 23,3% dos casos, a pessoa que mais contribui para o agregado familiar auferia entre 475 e 549 euros (**tabela 5**). Os baixos rendimentos aqui demonstrados eram expectáveis dado o baixo nível de escolaridade da população registado no concelho de Cinfães<sup>(58)</sup>.

**Tabela 5 - Rendimento mensal da pessoa que mais contribui no agregado familiar de cada encarregado de educação**

Rendimento mensal da pessoa que mais contribui para o agregado familiar	%
Menos de 400 euros	17,0
400 - 474 euros	10,7
475 - 549 euros	23,3
550 - 749 euros	17,0
750 - 999 euros	11,9
1000 - 1249 euros	11,3
1250 - 1499 euros	4,4
1500 - 1999 euros	1,9
2000 - 2499 euros	1,3
≥ 2500 euros	1,3

Relativamente às ementas, 84,5% dos EE afirmam que as ementas estão afixadas no estabelecimento de ensino do seu educando enquanto 15,5% afirmam que não.

Verificou-se que 85,0% dos EE referiram que a ementa está afixada na entrada da escola, enquanto 6,0% referiram que está na cantina (**tabela 6**). É de referir que todos os JI tinham pelo menos uma ementa afixada na entrada da escola. Em Portugal de acordo com a Circular nº 3 de 2013 do Ministério da Educação, é obrigatório afixar a ementa semanal num local visível e disponibilizá-la na página



de internet do agrupamento/escola<sup>(38)</sup>. A disponibilização das ementas é de grande importância, uma vez que permitem aos EE o planeamento das refeições em casa de acordo com a ementa escolar. O facto de existir uma percentagem elevada de EE que responderam que não havia ementas afixadas na escola poderá revelar algum desconhecimento ou desinteresse relativamente à importância das ementas. Verificou-se também que a ementa semanal não está disponível na página do agrupamento, dificultando aos EE ter acesso a essa informação.

**Tabela 6 - Local onde está afixada a ementa segundo os encarregados de educação**

Local em que está afixada a ementa	%
Entrada	85,0
Cantina	6,0
Corredor	1,0
Não identifica o local	8,0

Verificou-se que mais de metade dos EE nunca ou raramente consulta a ementa do seu educando (**tabela 7**), o que demonstra um desinteresse evidente em conhecer a alimentação dos seus educandos no JI. Este resultado contraria o estudo de Carvalho, A., realizado em 2012, em JI da zona centro de Portugal, em que a grande maioria dos EE (88,5%) tinham por hábito consultar as ementas escolares<sup>(57)</sup>.

**Tabela 7 - Frequência com que o encarregado de educação consulta a ementa na escolar do seu educando**

<b>Frequência com que consulta as ementas na escola do seu educando</b>	<b>%</b>
Nunca	33,5
Raramente	28,0
2 a 3 vezes por semana	21,7
Todos os dias	16,8

Ainda relativamente à ementa escolar, 37,7% dos EE afirmou nunca planear as refeições feitas em casa de acordo com as ementa afixada na escola enquanto 31,4% afirmou fazê-lo raramente (**tabela 8**). O facto de os EE não planearem as refeições em casa de acordo com a ementa escolar levanta algumas preocupações, nomeadamente a nível da variedade e complementaridade alimentar, uma vez que existe a possibilidade de a criança ingerir duas ou mais refeições iguais ou semelhantes durante o mesmo dia. Estes resultados estão em concordância com o estudo de Carvalho, A. na medida em que mais de metade dos EE (56,8%) também não tinha por hábito planear as refeições de acordo as ementas escolares<sup>(57)</sup>.

**Tabela 8 - Frequência com que o encarregado de educação planeia as refeições em casa de acordo com a ementa na escola do seu educando**

<b>Frequência com que planeia as refeições em casa de acordo com a ementa escolar</b>	<b>%</b>
Nunca	37,7
Raramente	31,4
2 a 3 vezes por semana	17,6
Todos os dias	13,2

Verificou-se que 81,4% dos EE não sabe quem é a pessoa responsável pela elaboração das ementas e que 88,9% valoriza o fato de ser um nutricionista a elaborar a mesma. 79,4% dos EE considera importante que a ementa seja disponibilizada na semana anterior ao fornecimento das refeições e 60,1% considera grave que o prato servido não corresponda à ementa. Verificou-se também que 59,1% dos EE valoriza uma ementa em que não existam pratos repetidos mensalmente. 88,9% dos EE conhece o local onde são servidas as refeições e 98,2% considera adequado a refeição ser constituída por sopa, prato, sobremesa (fruta ou doce), pão e água. 87,2% dos EE tem conhecimento do horário em que é servida a refeição.

Os resultados demonstraram que a grande maioria dos EE valoriza o facto de ser um nutricionista a elaborar a ementa, mas, no entanto, estes também não conhecem a pessoa responsável pela elaboração da mesma, parecendo revelar alguma inconsistência neste aspeto.

O fornecimento de refeições dos JI em estudo é assegurado pela autarquia. Um estudo realizado em 2011 revelou que em Portugal a maior parte das autarquias não tinha um nutricionista com responsável pelo serviço de refeições escolares<sup>(59)</sup>. É importante referir também a elevada percentagem dos EE que não consideram grave a refeição servida não corresponder à ementa, o que parece revelar despreocupação no caso de os educandos ingerirem eventualmente uma refeição que não estava planeada e que, assim sendo, foge ao controlo por parte dos EE. Estes resultados estão em concordância com o estudo de Carvalho, A, exceto no item “valoriza uma ementa em que não existam pratos repetidos mensalmente” em que o resultado obtido foi contraditório<sup>(57)</sup>.

Relativamente à variedade dos alimentos disponíveis, 59,6% dos EE considerou que é muito importante existir variedade (**tabela 9**). Estes dados poderão indicar que os EE tem consciência da importância de uma dieta variada na saúde dos educandos.

**Tabela 9 - Opinião dos EE acerca da importância da variedade de alimentos disponíveis**

<b>Variedade dos alimentos disponíveis</b>	<b>%</b>
Nada importante	1,9
Pouco importante	1,2
Importante	37,3
Muito importante	59,6

Relativamente à combinação adequada dos alimentos, observou-se que 54,7% dos EE considerou que este é um item muito importante enquanto 41,6% considera importante (**tabela 10**).

**Tabela 10 - Combinação adequada dos alimentos**

<b>Combinação adequada dos alimentos</b>	<b>%</b>
Nada importante	,6
Pouco importante	3,1
Importante	41,6
Muito importante	54,7

No que respeita à qualidade dos alimentos disponíveis, 54,7% dos EE considerou muito importante que os alimentos tenham qualidade (**tabela 11**).

**Tabela 11 - Opinião dos EE acerca da importância da qualidade dos alimentos disponíveis**

Qualidade dos alimentos/bebidas disponíveis	%
Nada importante	1,9
Pouco importante	1,3
Importante	19,1
Muito importante	77,7

A **tabela 12** apresenta a opinião dos EE acerca da quantidade de alimentos disponível. Observou-se que 51,6% considera importante a quantidade de alimentos disponível enquanto 45,3% considera muito importante. Embora os EE valorizem a quantidade e a qualidade dos alimentos, verifica-se uma forte tendência para atribuir mais importância à qualidade.

**Tabela 12 - Opinião dos EE acerca da importância da quantidade de alimentos disponível**

Quantidade dos alimentos	%
Nada importante	,6
Pouco importante	2,5
Importante	51,6
Muito importante	45,3

Verificou-se que 61,9% dos EE considera muito importante a apresentação (aspeto) dos alimentos/bebidas disponíveis (**tabela 13**), o que parece refletir que os EE percebem a importância da apresentação dos alimentos, uma vez que as crianças são muito influenciáveis pela percepção visual dos alimentos<sup>(60)</sup>.

**Tabela 13 - Opinião dos EE acerca da apresentação dos alimentos/bebidas/disponíveis**

<b>Apresentação dos alimentos/bebidas disponíveis</b>	<b>%</b>
Nada importante	1,3
Pouco importante	3,1
Importante	33,8
Muito importante	61,9

Relativamente à higiene/limpeza do refeitório, 92,3% dos encarregados de educação considera muito importante que este se encontre limpo e higienizado (**tabela 14**). Este resultado é positivo, uma vez que mais do que servir refeições equilibradas e variadas, é essencial garantir que sejam seguros do ponto de vista higio-sanitário.

**Tabela 14 - Opinião dos EE acerca da higiene/limpeza do refeitório**

<b>Higiene/limpeza do refeitório</b>	<b>%</b>
Nada importante	,6
Pouco importante	,6
Importante	6,4
Muito importante	92,3

Observou-se que 47,8% dos EE considera muito importante haver insistência por parte das funcionárias para que os educandos consumam a totalidade da refeição, enquanto 43,8% considerou importante (**tabela 15**).

**Tabela 15 - Opinião dos EE acerca da insistência por parte das funcionárias para que os educandos consumam a totalidade da refeição**

<b>Insistência por parte das funcionárias para que o educando consuma a totalidade da refeição</b>	<b>%</b>
Nada importante	2,5
Pouco importante	6,3
Importante	43,4
Muito importante	47,8

Verificou-se que 70,4% dos EE considera muito importante haver insistência por parte das funcionárias para que os seus educandos comam um pouco de todos os alimentos que compõem a refeição enquanto 27,0% considera importante (**tabela 16**) o que parece indicar maior preocupação dos EE com a qualidade e variedade da alimentação do que com a quantidade.

**Tabela 16 - Opinião dos EE acerca da insistência por parte das funcionárias para que os educandos comam um pouco de todos os alimentos que compõem a refeição**

<b>Insistência por parte das funcionárias para que o seu educando consuma um pouco de todos os alimentos que compõem refeição</b>	<b>%</b>
Nada importante	1,3
Pouco importante	1,3
Importante	27,0
Muito importante	70,4

Relativamente à necessidade de incentivo ao consumo verificou-se que 67,5% dos EE considera a sopa como o alimento mais importante a receber incentivo ao consumo enquanto 52,0% considera o pão como o alimento menos importante para receber o referido incentivo (**tabela 17**). Um estudo realizado em Hong-Kong determinou que as crianças em idade pré-escolar consomem quantidade

suficiente de cereais e grãos (hidratos de carbono) mas insuficiente em hortícolas, fruta, proteínas e lacticínios<sup>(61)</sup>. Assim sendo a elevada importância dada à sopa e a pouca importância atribuída ao pão pode ser considerada como uma estratégia positiva no sentido de promover hábitos alimentares saudáveis.

**Tabela 17 - Opinião dos EE acerca da necessidade de incentivo ao consumo**

Necessidade de Incentivo ao Consumo Componente	1	2	3	4	5	6
	%	%	%	%	%	%
Sopa	22,0	0,8	1,6	1,6	6,5	67,5
Carne/Peixe/Ovo	2,4	14,6	22,0	22,0	36,6	2,4
Arroz, massa/batatas, leguminosas	10,6	21,1	28,5	26,0	8,1	5,7
Saladas/Legumes cozinhados	4,9	14,6	25,2	31,7	21,1	2,4
Pão	52,0	20,3	8,1	4,1	6,5	8,9
Água	8,1	28,5	14,6	14,6	21,1	13,0

**Legenda: Ordem crescente de 1 (menos importante) a 6 (mais importante)**

Verificou-se que 52,5% dos EE considera não ter noção da quantidade de alimentos que o seu educando ingere ao almoçar no estabelecimento de ensino. Constatou-se também que 58,1% dos EE reconhece não ter noção da quantidade de alimentos que o seu educando rejeita no almoço escolar. Estes dados parecem indicar que as preocupações com a quantidade de alimentos disponibilizada não são refletidas na procura de informação sobre a aceitação das refeições e comportamento alimentar na escola. A escola também deveria ter a preocupação de transmitir essa informação aos EE, utilizando estratégias que permitissem aos encarregados de educação aceder de forma fácil a esta informação.



Verificou-se que 62,7% dos EE não sabe se existem ementas especiais no caso de existirem crianças com alergias alimentares. 73,3% dos EE não sabe se existem regras de manipulação específicas no caso de existirem ementas especiais relacionadas com alergias alimentares. Este caso é particularmente grave, uma vez que as alergias alimentares podem ter consequências nefastas, particularmente em crianças<sup>(62, 63)</sup>. Um estudo de um caso de alergia alimentar num JI revelou que é necessário o envolvimento da família e do próprio JI na prevenção e atuação rápida em casos de alergias alimentares<sup>(63)</sup>. Assim sendo, estes resultados merecem especial atenção.

Em relação à segurança alimentar e higiene, verificou-se que 80,9% dos EE não tem conhecimento relativo à temperatura a que são servidas as refeições. 65,0% não sabe se os manipuladores de alimentos usam fardamento adequado para a execução das suas funções. Constatou-se que 63,7% dos EE não sabe se os manipuladores de alimentos têm formação acerca das boas práticas de segurança e higiene alimentar a ter ao manusear alimentos e 59,1% não sabe se as instalações onde são confeccionados os alimentos são adequadas a essa função. Por último, verificou-se que 72,2% dos EE não tem conhecimento se existem inspeções periódicas à cantina escolar por entidades competentes. Os EE demonstram um claro desconhecimento acerca das medidas de segurança alimentar nos JI.

Dois estudos no Brasil demonstraram que as práticas de segurança alimentar nas escolas nem sempre são as mais corretas, e assim, as crianças estão sujeitas a um risco acrescido<sup>(64, 65)</sup>. Existem vários estudos que comprobatórios de toxinfecções alimentares em escolas<sup>(66-68)</sup>. Nos Estados Unidos, desde 1973 até 1997, os estados e as instituições de saúde reportaram 604 surtos de doenças

relacionadas com alimentos em escolas<sup>(69)</sup>. A formação adequada dos manipuladores de alimentos e a adequação das instalações são essenciais para a diminuição destes números, pelo que os EE deveriam dar mais importância a estes itens.

Relativamente à satisfação dos EE com o serviço de alimentação, verificou-se que 56,9% consideram o serviço bom, enquanto 30,0% considerou o serviço aceitável (**tabela 18**).

**Tabela 18 - Classificação dos EE relativamente ao serviço de alimentação da instituição de ensino que o seu educando frequenta**

Classificação dos encarregados de educação	%
Mau	1,3
Aceitável	30,0
Bom	56,9
Muito Bom	11,9

Observou-se que quanto mais velhos os educandos, menor a importância dada pelos pais à higiene/limpeza do refeitório ( $R=-0,210$ ;  $p=0,008$ ), e maior a importância que dão à qualidade dos alimentos/bebidas disponíveis ( $R=0,197$ ;  $p=0,014$ ). Verificou-se também que o conhecimento da existência de ementas especiais no caso de alergias alimentares e da temperatura a que são servidas as refeições é superior nos EE dos educandos mais novos. Estes resultados podem indicar que a preocupação dos EE sobre os seus educandos é maior quando estes são mais novos, talvez por estarem na escola há menos tempo, não estando habituados a esse ambiente e provavelmente maior insegurança dos pais face à vulnerabilidade dos seus filhos.

Observaram-se diferenças significativas entre o número de anos que o educando frequenta o estabelecimento de ensino e o conhecimento da pessoa responsável pela elaboração das ementas, sendo que em média um menor número de anos está associado ao facto de os encarregados de educação conhecerem a pessoa responsável pela elaboração das ementas, o que parece sustentar a afirmação de que a preocupação dos EE é maior quando os educandos são mais novos.

Os resultados encontrados demonstraram que quanto maior o número de dias por semana em que as crianças almoçam no estabelecimento de ensino, maior o nível de importância dado à insistência por parte das funcionárias para que o seu educando coma a totalidade da refeição ( $R=0,164$ ;  $p=0,040$ ) para que seja assegurada a satisfação das necessidades nutricionais e uma vez que os EE não podem fazer este controlo como em casa. Os resultados indicam que os EE cujos educandos almoçam um maior número de dias na cantina da escola, não consideram tão grave a ementa servida não corresponder ao planeado.

Observou-se que quanto mais velhos os EE mais importante é considerado o almoço escolar ser constituído por sopa, prato, sobremesa (fruta ou doce), pão e água.

Observou-se que, em média, quanto mais elevado o rendimento mensal líquido da pessoa que mais contribui para o agregado familiar, maior a valorização por parte dos EE ao facto de ser um nutricionista a elaborar a ementa. Este resultado está em concordância com um estudo que indica que o papel do nutricionista tem cada vez mais importância em Portugal<sup>(70)</sup>, por outro lado provavelmente o maior rendimento mensal estará associado a uma maior literacia dos encarregados de educação o que corresponderá a um maior conhecimento sobre a importância da intervenção de um técnico de nutrição na elaboração das ementas.

Os EE que consultam com maior frequência a ementa, revelaram planejar as refeições em casa de acordo com a ementa escolar ( $R=0,724$ ;  $p<0,001$ ). Para além disso, observou-se que a consulta mais frequente da ementa está também associada a uma maior importância à combinação adequada dos alimentos ( $R=0,206$ ;  $p=0,009$ ), à quantidade de alimentos fornecida ( $R=0,290$ ;  $p<0,001$ ), à apresentação das refeições fornecidas ( $R=0,236$ ;  $p=0,003$ ) e à insistência por parte das funcionárias para que o seu educando ingira a totalidade da refeição ( $R=0,191$ ;  $p=0,017$ ). Percebe-se assim que os EE com maior preocupação relativamente às ementas fornecidas aos seus educandos, demonstram também uma maior preocupação com outras questões relativas à alimentação, o que poderá ser tradutor de um maior conhecimento sobre a importância destes aspetos na saúde e bem-estar das crianças<sup>(25)</sup>.

Observou-se que os EE que dão maior importância à variedade dos alimentos disponíveis, são também mais preocupados com a combinação adequada dos alimentos ( $R=0,636$ ;  $p<0,001$ ), com a qualidade dos alimentos/bebidas disponíveis ( $R=0,370$ ;  $p<0,001$ ), com a quantidade de alimentos fornecida ( $R=0,360$ ;  $p<0,001$ ) e com a apresentação (aspeto) dos alimentos/bebidas disponíveis ( $R=0,297$ ;  $p<0,001$ ). Os EE que consideram relevante a oferta de uma alimentação variada, são também mais preocupados com a insistência por parte das funcionárias para que o seu educando coma a totalidade da refeição ( $R=0,250$ ;  $p=0,001$ ) e para que o seu educando experimente um pouco de todos os alimentos que compõem a refeição ( $R=0,287$ ;  $p<0,001$ ) dados concordantes entre si e que suportam a ideia de que os encarregados de educação se mostram preocupados com a qualidade e quantidade de alimentos servidos aos seus educandos.

Verificou-se que a maior importância dada pelos EE à combinação adequada dos alimentos corresponde a um maior nível de importância com a qualidade dos alimentos/bebidas disponíveis ( $R=0,417$ ;  $p<0,001$ ), com a quantidade dos alimentos fornecida ( $R=0,427$ ;  $p<0,001$ ); com a apresentação (aspecto) dos alimentos/bebidas disponíveis ( $R=0,457$ ;  $p<0,001$ ), com a insistência por parte das funcionárias para que o seu educando coma a totalidade da refeição ( $R=0,249$ ;  $p=0,002$ ) e com a insistência por parte das funcionárias para que o seu educando coma um pouco de todos os alimentos que compõem a refeição ( $R=0,341$ ;  $p<0,001$ ). Estes resultados parecem indicar que os pais são coerentes nas suas preocupações valorizando aspectos qualitativos e quantitativos das refeições disponibilizadas.

Os resultados demonstraram que a importância dada à qualidade dos alimentos/bebidas disponíveis está relacionada com a maior importância que dão à quantidade de alimentos fornecida ( $R=0,301$ ;  $p<0,001$ ), com a apresentação (aspecto) dos alimentos/bebidas disponíveis ( $R=0,296$ ;  $p<0,001$ ) e com a insistência por parte das funcionárias para que o seu educando experimente um pouco de todos os alimentos que compõem a refeição ( $R=0,160$ ;  $p=0,046$ ).

Os EE que dão maior importância à quantidade de alimentos fornecida referem planejar as ementas em casa de acordo com a ementa escolar com mais frequência ( $R=0,231$ ;  $p=0,004$ ) e dão maior importância à insistência por parte das funcionárias para que o seu educando consuma a totalidade da refeição ( $R=0,350$ ;  $p<0,001$ ) e à insistência por parte das funcionárias para que o seu educando experimente um pouco de todos os alimentos que compõem a refeição ( $R=0,360$ ;  $p<0,001$ ).

Observou-se que os EE mais preocupados com a apresentação (aspeto) dos alimentos/bebidas disponíveis planeiam as ementas em casa de acordo com a ementa escolar mais frequentemente ( $R=0,194$ ;  $p=0,016$ ), e está também associado à insistência por parte das funcionárias para que o seu educando coma a totalidade da refeição ( $R=0,266$ ;  $p=0,001$ ) e à insistência por parte das funcionárias para que o seu educando experimente um pouco de todos os alimentos que compõem a refeição ( $R=0,382$ ;  $p<0,001$ ).

A importância dada pelos EE à higiene/limpeza do refeitório está associada ao aumento da importância dada à variedade dos alimentos disponíveis ( $R=0,344$ ;  $p<0,001$ ), à combinação adequada dos alimentos ( $R=0,247$ ;  $p=0,002$ ), à qualidade dos alimentos/bebidas disponíveis ( $R=0,430$ ;  $p<0,001$ ), à quantidade dos alimentos fornecida ( $R=0,252$ ;  $p=0,002$ ), à apresentação (aspeto) dos alimentos/bebidas disponíveis ( $R=0,295$ ;  $p<0,001$ ) e à insistência por parte das funcionárias para que o seu educando experimente um pouco de todos os alimentos que compõem a refeição ( $R=0,252$ ;  $p=0,002$ ).

É certo que nos tempos de hoje nem sempre há tempo para visitar as escolas que os educandos frequentam, nem para tentar perceber como funciona o respetivo serviço de alimentação mas, para uma questão tão fundamental como é a alimentação das crianças, é realmente necessário promover a sensibilização no sentido de tornar os pais mais interessados e consequentemente mais informados, promovendo a sua participação ativa na garantia da qualidade do serviço de refeições de que os seus educandos usufruem. Cabe aos EE ter essa atenção e procurar saber se a alimentação que os seus educandos usufruem nos JI é realmente a adequada. Por seu lado, os JI devem procurar ter um serviço de alimentação adequado às necessidades nutricionais das crianças. Além disso

devem ser transparentes no que concerne ao serviço de alimentação, fornecendo aos EE toda a informação relevante relativamente à alimentação das crianças, para que estes estejam informados e, conseqüentemente, possam continuar em casa a oferecer a alimentação adequada aos seus educandos.

## **Conclusão**

É claramente insuficiente o conhecimento dos EE acerca do serviço de alimentação de que os educandos usufruem. Apesar dos encarregados de educação se considerarem preocupados com a qualidade e quantidade de alimentos fornecidos nas refeições escolares os seus comportamentos e conhecimentos não são coerentes com esta preocupação revelando desconhecimento e desinteresse.



## Referências Bibliográficas

1. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. World Health Organ Tech Rep Ser. 2003; 916:i-viii, 1-149.
2. Poulain JP. The contemporary diet in France: "de-structuration" or from commensalism to "vagabond feeding". *Appetite*. 2002; 39(1):43-55.
3. Jomori MM, Proença RPC, Calvo MCM. Determinantes de escolha alimentar. *Revista de Nutrição*. 2008; 21:63-73.
4. Fleck AC, Wagner A. A mulher como a principal provedora do sustento econômico familiar. *Psicologia em Estudo*. 2003; 8:31-38.
5. Mancino L, Todd J, Lin B-H. Separating what we eat from where: Measuring the effect of food away from home on diet quality. *Food Pol*. 2009; 34(6):557-62.
6. Verlegh PWJ, Candel MJJM. The consumption of convenience foods: Reference groups and eating situations. *Food Quality and Preference*. 1999; 10(6):457-64.
7. Capps O, Tedford JR, Havlicek J. Household Demand for Convenience and Nonconvenience Foods. *Amer J Agr Econ*. 1985; 67(4):862-69.
8. Madill-Marshall JJ, Heslop L, Duxbury L. Coping With Household Stress in the 1990s: Who Uses "Convenience Foods" and Do They Help? *Advances in consumer research*. 1995; 22:729-29.
9. Anderson PM. Parental employment, family routines and childhood obesity. *Econ Hum Biol*. 2012; 10(4):340-51.
10. Anderson PM, Butcher KF, Levine PB. Maternal employment and overweight children. *J Health Econ*. 2003; 22(3):477-504.
11. Anderson PM, Butcher KE. Childhood obesity: trends and potential causes. *Future Child*. 2006; 16(1):19-45.
12. Fertig A, Glomm G, Tchernis R. The connection between maternal employment and childhood obesity: inspecting the mechanisms. *Review of Economics of the Household*. 2009; 7(3):227-55.
13. Brown JE, Broom DH, Nicholson JM, Bittman M. Do working mothers raise couch potato kids? Maternal employment and children's lifestyle behaviours and weight in early childhood. *Soc Sci Med*. 2010; 70(11):1816-24.
14. Cattaneo A, Monasta L, Stamatakis E, Lioret S, Castetbon K, Frenken F, et al. Overweight and obesity in infants and pre-school children in the European Union: a review of existing data. *Obes Rev*. 2010; 11(5):389-98.
15. Lobstein T, Frelut ML. Prevalence of overweight among children in Europe. *Obes Rev*. 2003; 4(4):195-200.
16. Rito A, Wijnhoven TMA, Rutter H, Carvalho MA, Paixão E, Ramos C, et al. Prevalence of obesity among Portuguese children (6-8 years old) using three definition criteria: COSI Portugal, 2008. *Pediatr Obes*. 2012; 7(6):413-22.
17. Thompson SH, Corwin SJ, Sargent RG. Ideal body size beliefs and weight concerns of fourth-grade children. *Int J Eat Disord*. 1997; 21(3):279-84.
18. Irving LM. Promoting Size Acceptance in Elementary School Children: The EDAP Puppet Program. *Eating Disorders*. 2000; 8(3):221-32.
19. Shaya FT, Flores D, Gbarayor CM, Wang J. School-Based Obesity Interventions: A Literature Review. *J Sch Health*. 2008; 78(4):189-96.
20. Proença RPC. Novas tecnologias para a produção de refeições coletivas: recomendações de introdução para a realidade brasileira. *Revista de Nutrição*. 1999; 12:43-53.

21. Rodriguez-Ventura AL, Pelaez-Ballestas I, Samano-Samano R, Jimenez-Gutierrez C, Aguilar-Salinas C. Barriers to lose weight from the perspective of children with overweight/obesity and their parents: a sociocultural approach. *J Obes*. 2014; 2014:575184.
22. Jain A, Sherman SN, Chamberlin LA, Carter Y, Powers SW, Whitaker RC. Why don't low-income mothers worry about their preschoolers being overweight? *Pediatrics*. 2001; 107(5):1138-46.
23. Pagnini DL, Wilkenfeld RL, King LA, Booth ML, Booth SL. Mothers of pre-school children talk about childhood overweight and obesity: The Weight of Opinion study. *J Paediatr Child Health*. 2007; 43(12):806-10.
24. Carvalho M. Efeitos de estimulação multi-sensorial no desempenho de crianças em creche [Doctoral Thesis]. Universidade do Minho; 2005.
25. Nunes E, Breda J. Manual para uma alimentação saudável em jardins de infância. Lisboa: Direção Geral da Saúde; 2001.
26. Candeias V, Armstrong TP, Xuereb GC. Diet and physical activity in schools: Perspectives from the implementation of the who global strategy on diet, physical activity and health. *Canadian Journal of Public Health*. 2010; 101(SUPPL. 2):S28-S30.
27. Waxman A. WHO global strategy on diet, physical activity and health. *Food and Nutrition Bulletin*. 2004; 25(3):292-302.
28. Issa RC, Moraes LF, Francisco RRJ, Dos Santos LC, Dos Anjos AFV, Pereira SCL. School meals: Planning, production, distribution, and adequacy. *Revista Panamericana de Salud Publica/Pan American Journal of Public Health*. 2014; 35(2):96-103.
29. Habib-Mourad C, Ghandour LA, Moore HJ, Nabhani-Zeidan M, Adetayo K, Hwalla N, et al. Promoting healthy eating and physical activity among school children: findings from Health-E-PALS, the first pilot intervention from Lebanon. *BMC Public Health*. 2014; 14:940.
30. Elizondo-Montemayor L, Moreno-Sánchez D, Gutierrez NG, Monsivais-Rodriguez F, Martinez U, Lamadrid-Zertuche AC, et al. Individualized tailor-made dietetic intervention program at schools enhances eating behaviors and dietary habits in obese hispanic children of low socioeconomic status. *The Scientific World Journal*. 2014; 2014
31. Farris RP, Nicklas TA, Webber LS, Berenson GS. Nutrient contribution of the school lunch program: implications for healthy people 2000. *J Sch Health*. 1992; 62(5):180-4.
32. Simons-Morton BG, Baranowski T, Parcel GS, O'Hara NM, Matteson RC. Children's frequency of consumption of foods high in fat and sodium. *Am J Prev Med*. 1990; 6(4):218-27.
33. Crepinsek MK, Gordon AR, McKinney PM, Condon EM, Wilson A. Meals Offered and Served in US Public Schools: Do They Meet Nutrient Standards? *J Am Diet Assoc*. 2009; 109(2, Supplement):S31-S43.
34. Guerra I, Rocha A. Qualitative and quantitative evaluation of the menus in a kindergarten in Coimbra. *Revista de Alimentação Humana*. 2011; 17(1-3):24-36.
35. Lopes SBG. Avaliação qualitativa de ementas escolares e respectiva intervenção: Trabalho de Investigação. Faculdade das Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto; 2009.
36. Martins ML, Rocha A. Avaliação Qualitativa de ementas servidas num estabelecimento de ensino pré-escolar. *Nutricias*. 2011; 11:44-47.

37. Afonso C, Santos MCT, Morais C, Franchini B, Chilro R, Rocha A. System of Planning and Evaluation of School Meals - SPARE. *Revista de Alimentacao Humana*. 2011; 17(1-3):37-46.
38. Direção Geral da Educação. Circular nº.: 3/DSEEAS/DGE/ 2013 - Orientações sobre ementas e refeitórios escolares – 2013/2014.
39. de Oliveira TRPR, de Freitas Cunha C, Ferreira RA. Educação nutricional como estratégia de intervenção para o tratamento da obesidade na adolescência. *CEP*. 2008; 31015:360.
40. Aguilar Cordero MJ, González Jiménez E, García García CJ, García López PA, Álvarez Ferre J, Padilla López CA, et al. Obesity in a school children population from granada: Assessment of the efficacy of an educational intervention. *Nutr Hosp*. 2011; 26(3):636-41.
41. Montenegro E, Salinas J, Parra M, Lera L, Vio F. Evaluation of a nutrition education intervention in teachers and students in preschool and primary schools in los Andes, Chile. *Arch Latinoam Nutr*. 2014; 64(3):182-91.
42. Ratner GR, Duran AS, Garrido LM, Balmaceda HS, Jadue HL, Atalah SE. [Impact of an intervention on diet and physical activity on obesity prevalence in schoolchildren]. *Nutr Hosp*. 2013; 28(5):1508-14.
43. WHO. Food and nutrition policy for schools. A tool for the development of school nutrition programmes in the European Region. 2006.
44. Scaglioni S, Salvioni M, Galimberti C. Influence of parental attitudes in the development of children eating behaviour. *Br J Nutr*. 2008; 29(SUPPL.1):S22-S25.
45. Wadhera D, Capaldi Phillips ED, Wilkie LM, Boggess MM. Perceived recollection of frequent exposure to foods in childhood is associated with adulthood liking. *Appetite*. 2015; 89:22-32.
46. Barros M, Lameiras J, Rocha A. Espaços de Refeição de Estabelecimentos de Educação do Município de Penafiel Caracterização higio-sanitária. *Revista de Alimentação Humana*. 2008; 14(2):66-73.
47. Cooke L. The development and modification of children's eating habits. *Nutrition Bulletin*. 2004; 29(1):31-35.
48. Marin T, Berton P, Santo L. Educação nutricional e alimentar: por uma correta formação dos hábitos alimentares. *Fapciência*. 2009; 2(7):72-78.
49. Cutting TM, Fisher JO, Grimm-Thomas K, Birch LL. Like mother, like daughter: familial patterns of overweight are mediated by mothers' dietary disinhibition. *Am J Clin Nutr*. 1999; 69(4):608-13.
50. Faith MS, Scanlon KS, Birch LL, Francis LA, Sherry B. Parent-Child Feeding Strategies and Their Relationships to Child Eating and Weight Status. *Obes Res*. 2004; 12(11):1711-22.
51. Kelly J, Turner JJ, McKenna K. What parents think: children and healthy eating. *British Food Journal*. 2006; 108(5):413-23.
52. Skinner JD, Carruth BR, Wendy B, Ziegler PJ. Children's food preferences: a longitudinal analysis. *J Am Diet Assoc*. 2002; 102(11):1638-47.
53. De Bourdeaudhuij I. Family Food Rules and Healthy Eating in Adolescents. *J Health Psychol*. 1997; 2(1):45-56.
54. Adamo KB, Brett KE. Parental perceptions and childhood dietary quality. *Maternal and child health journal*. 2014; 18(4):978-95.
55. Ueda MH, Porto RB, Vasconcelos LA. Food Advertising and Children's Food Choices. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. 2014; 30(1):53-61.

56. Ohri-Vachaspati P. Parental perception of the nutritional quality of school meals and its association with students' school lunch participation. *Appetite*. 2014; 74:44-7.
57. Carvalho ÂCR, Rocha A. Opinions of caregivers concerning school meals. In: 5th Meeting of Young Researchers of University of Porto (IJUP 2012); Porto. 2012.
58. Marques H, Silva Â. Desenvolvimento rural: novos desafios e novas oportunidades. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra; 2011.
59. Barbosa MN, Rocha A, Ávila MH. Caracterização da prestação do serviço de refeições escolares pelos Municípios Portugueses. *Nutricias*. 2012; 13:3-8.
60. Léon F, Couronne T, Marcuz MC, Köster EP. Measuring food liking in children: a comparison of non verbal methods. *Food Quality and Preference*. 1999; 10(2):93-100.
61. Lee A, Keung VMW, Cheung GCL. Compensation consumption of high-energy-density food among pre-school children leading to suboptimal intake of recommended food groups: Case study in Hong Kong. *Public Health*. 2013; 127(2):182-85.
62. Pinheiro A, Prates S. Multiple food allergy. *Acta Med Port*. 2011; 24(3):453-56.
63. Pinheiro AE, Gomes S, Paiva M, Gaspar A. Is primary prevention of food allergy possible? Case report. *Revista Portuguesa de Imunoalergologia*. 2009; 17(5):457-64.
64. de Oliveira ABA, Da Cunha DT, Stedefeldt E, Capalonga R, Tondo EC, Cardoso MRI. Hygiene and good practices in school meal services: Organic matter on surfaces, microorganisms and health risks. *Food Control*. 2014; 40(1):120-26.
65. de Castro Almeida RC, Kuaye AY, de Melo A, Serrano PFA. Avaliação e controle da qualidade microbiológica de mãos de manipuladores de alimentos. *Rev Saude Publica*. 1995; 29(4):290-94.
66. Michelin AF, Carmo LS, Carlos IZ. Surto de intoxicação alimentar estafilocócica no município de Birigüi, São Paulo. *Revista do Instituto Adolfo Lutz*. 2006; 65(1):46-49.
67. Cockerill FR, MacDonald KL, Thompson RL, Roberson F, Kohner PC, Besser-Wiek J, et al. An outbreak of invasive group A streptococcal disease associated with high carriage rates of the invasive clone among school-aged children. *JAMA*. 1997; 277(1):38-43.
68. Michino H, Araki K, Minami S, Takaya S, Sakai N, Miyazaki M, et al. Massive outbreak of *Escherichia coli* O157: H7 infection in schoolchildren in Sakai City, Japan, associated with consumption of white radish sprouts. *Am J Epidemiol*. 1999; 150(8):787-96.
69. Daniels NA, Mackinnon L, Rowe SM, Bean NH, Griffin PM, Mead PS. Foodborne disease outbreaks in United States schools. *The Pediatric infectious disease journal*. 2002; 21(7):623-28.
70. Real H, Bento A, Graça P. A profissão do nutricionista em Portugal: evolução e regulamentação profissional. *Revista Nutricias*. 2011(11):12-18.

## **Anexos**

## **Anexo A**

Questionário dirigido aos Encarregados de Educação

## ***“Percepção dos Encarregados de Educação Relativamente às Refeições Escolares”***

Caro(a) Encarregado(a) de Educação,

O objetivo deste inquérito é conhecer a sua percepção acerca do serviço de alimentação a que o seu educando tem acesso.

Como tal, solicito a sua colaboração, pedindo que preencha este inquérito com a máxima sinceridade possível.

### **I. Dados do Aluno/Educando**

1. Estabelecimento de ensino que frequenta

\_\_\_\_\_

2. Sexo: Masculino ☐ Feminino ☐

3. Idade: \_\_\_\_\_ anos

4. Data de nascimento (dia/mês/ano): \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

5. Quantos dias por semana é que almoça no estabelecimento de ensino? ☐

6. Há quantos anos frequenta este estabelecimento de ensino? ☐

### **II. Dados do Encarregado de Educação**

1. Sexo: Masculino ☐ Feminino ☐

2. Idade: \_\_\_\_\_ anos

3. Estado Civil

a. Solteiro ☐

b. Casado/união de fato ☐

c. Divorciado ou separado ☐

d. Viúvo ☐

4. Grau de escolaridade

- a. Não sabe ler nem escrever ☐
- b. Sabe ler e escrever sem escolaridade ☐
- c. 1 a 4 anos de escolaridade ☐
- d. 5 a 9 anos de escolaridade ☐
- e. Frequência de ensino secundário ☐
- f. 12º ano completo ☐
- g. Licenciatura ☐
- h. Outro grau ☐

Qual?

5. Atualmente exerce alguma profissão? Não ☐ Sim ☐

Se respondeu Sim, qual? \_\_\_\_\_

6. Número de pessoas do agregado familiar (incluindo o próprio)?

7. Rendimento mensal líquido da pessoa que mais contribui para o agregado familiar

- a. Menos de 400 euros ☐
- b. 400 – 474 euros ☐
- c. 475 – 549 euros ☐
- d. 550 – 749 euros ☐
- e. 750 – 999 euros ☐
- f. 1000 – 1249 euros ☐
- g. 1250 – 1500 euros ☐
- h. 1500 – 1999 euros ☐
- i. 2000 – 2499 euros ☐
- j. 2500 euros ou superior ☐

III. Ementa da instituição de ensino

1. No estabelecimento de ensino do seu educando as ementas estão afixadas?

Sim ☐ Não ☐

2. Se sim em que local?



3. Considere os itens seguintes. Para cada um deles escolha o valor, entre 0 e 3, que mais se adequa à sua opinião (0 = nunca; 1 = raramente; 2 = 2 a 3 vezes por semana; 3 = todos os dias). Para isso assinale um X na coluna respetiva.

	0	1	2	3
a. Tem por hábito consultar as ementas escolares do seu educando?				
b. Costuma planejar as refeições em casa de acordo com a ementa da escola?				

4. Assinale para cada item a resposta “Não” ou “Sim”, através da colocação de um X na coluna respetiva.

	Não	Sim
a. Sabe quem é a pessoa responsável pela elaboração das ementas?		
b. Valoriza o facto de ser um nutricionista a elaborar a ementa?		
c. Considera importante que a ementa seja disponibilizada na semana anterior ao fornecimento das refeições?		
d. Considera grave a refeição servida não corresponder à ementa?		
e. Valoriza uma ementa em que não haja pratos repetidos num mês?		
f. Conhece o local onde são servidas as refeições?		
g. Julga adequada a refeição ser constituída por sopa + prato + sobremesa (fruta ou doce) + pão + água?		
h. Tem conhecimento do horário em que é fornecido o almoço?		

#### IV. Refeições

1. Considere os itens seguintes. Para cada um deles escolha o valor, entre 0 e 3, que mais se adequa à sua opinião (0 = nada importante; 1 = pouco importante; 2 = importante; 3 = muito importante). Para isso assinale um X na coluna respectiva.

##### 1.1. Serviço de Refeições

	0	1	2	3
a. Variedade dos alimentos disponíveis				
b. Combinação adequada dos alimentos				
c. Qualidade dos alimentos/bebidas disponíveis (odor, sabor...)				
d. Quantidade dos alimentos				
e. Apresentação (aspeto) dos alimentos/bebidas disponíveis				
f. Higiene/limpeza do refeitório				
g. Insistência por parte das funcionárias para que o seu educando coma a totalidade da refeição				
h. Insistência por parte das funcionárias para que o seu educando coma um pouco de todos os alimentos que compõem a refeição				

- 1.1.1. Indique por ordem crescente, de 1 a 6, os alimentos onde considera ser mais importante existir um incentivo ao consumo, ou seja, do menos importante (1) até ao mais importante (6)

- |                                     |                          |
|-------------------------------------|--------------------------|
| a. Sopa                             | <input type="checkbox"/> |
| b. Carne/pescado /ovo               | <input type="checkbox"/> |
| c. Arroz, massa/batata, leguminosas | <input type="checkbox"/> |
| d. Salada/legumes cozinhados        | <input type="checkbox"/> |
| e. Pão                              | <input type="checkbox"/> |
| f. Água                             | <input type="checkbox"/> |

V. Alimentação do educando

	Não	Sim
a. Tem noção da quantidade de alimentos que o seu filho ingere ao almoçar na instituição de ensino?		
b. Sabe a quantidade de alimentos que o seu filho rejeita ao almoçar na instituição de ensino?		

VI. Alergias alimentares

1. Assinale para cada item a resposta “Não” ou “Sim”, através da colocação de um X na coluna respectiva.

	Não	Sim
a. Sabe se existem ementas especiais no caso de existirem crianças com alergias?		
b. Sabe como proceder caso o seu filho tenha alguma alergia alimentar?		
c. Tem conhecimento se existem regras de manipulação específicas no caso de ementas especiais relacionadas com alergias alimentares?		

VII. Segurança Alimentar e higiene

1. Assinale para cada item a resposta “Não” ou “Sim”, através da colocação de um X na coluna respectiva.

	Não	Sim
a. Tem conhecimento sobre a temperatura a que são servidas as refeições?		
b. Sabe se os manipuladores de alimentos usam o fardamento adequado para a execução das suas funções?		
c. Sabe se os manipuladores de alimentos possuem formação acerca dos cuidados higiénicos a ter ao manusear alimentos?		
d. Tem conhecimento se as instalações onde são preparados os alimentos são adequadas a essa função?		
e. Tem conhecimento se as instalações do refeitório/cozinha/copa são inspecionadas regularmente por entidades competentes?		

- VIII. Na generalidade, como classifica o serviço de refeições do estabelecimento de ensino que o seu educando frequenta?

Mau ☐ Aceitável ☐ Bom ☐ Muito Bom ☐

Alterações que sugere para melhorar o serviço de refeições:

---

---

---

Obrigado pela sua colaboração!

Fernando Brito